

ボランティアがちょっと気になったら…

「毎日忙しくて、ボランティアを始めるなんてハードルが高そう」
 「どこかに登録したり定期的に参加しないとイケないのでは」と思っているあなたへ、
 こんな暮らしのシーンのなかで関わりを持つことができます。

スーパーの駐車場に置き忘れた買い物カート置き場にさりげなく戻す。
 「なんかちょっといいコトしたかも」
 って気分になる

交通事故を防いだり、子どもやお年寄りの歩きやすさの助けにもなるすてきな行動

ポスターやチラシ、新聞
 広報誌、SNSでボランティアに関することを見かけてなんとなく気になる

まずは知ることが
 はじめの一歩

いいことしてるな～
 がんばってるな～って思えたら、
 SNSでいいねしたり
 コメントを残してみる

された人は励みになって
 次へのモチベーションに
 もつながるみたい

気が向いた時だけでもいいので、
 家前から少し範囲を広げてゴミ
 拾いしたり、自治会の清掃活動で
 ちょっとがんばって動いてみる

まちがきれいなのはみんな気持ちがいい。そして自分も汗を
 かいていい運動になる！

ボランティアって、やるぞ！
 て思わなくてもできそうなこと
 がたくさんあるんだなあ。

ボランティアセンター
 のSNSをフォローする



「ボラカフェ彦根」

オンライン相談
 コーナーもあります

たまには聞き役、
 うなづき担当に徹する

話を聞いてくれるだけの人って
 意外とあまりいないものです

「みんなで一緒にやろう」はちょっと気が進まないから、マイペースに。近所の子どもの下校時間に合わせて、玄関先のみずやり。「おかえり～」って声かけたら元気に「ただいま～」って声が返ってきてルンルン

気軽にできる地域の見守り活動

「彦根 ボランティア」
 をググってみる



彦根市社会福祉協議会ホームページ
 ボランティア募集情報

琵琶湖の流木や貝殻、レイクグラス
 (ガラス片)を拾い、琵琶湖をきれい
 にしながら工作の材料を集める

休日、子どもとの
 レクリエーションにおすすめ

地域づくりボランティアセンター

所在地 彦根市平田町670番地(福祉センター別館)
 営業時間 平日 8:30～17:15
 TEL 0749-22-2821
 FAX 0749-22-2841
 メールアドレス hikoshachiiki@mirror.ocn.ne.jp

ボランティアコーディネーターとちょっと話をしてみようかな～と
 軽い気持ちでボランティアセンターを訪ねる

駅前街頭募金を見かけたら
 お気持ちだけでいいので
 寄付してみる

募金も小さなボランティア
 この冊子も赤い羽根共同募金に寄せられたお気持ちでつくられているんです

ボランティア コーディネーターの 編集後記

ご協力いただいた方々のおかげで、ボランティアを前よりちょっと身近に感じたり、暮らしのことをちょっと立ち止まって考えたり、いろいろな話題を散りばめた七色感のある冊子ができました。あなたは何色にビビっときましたか？ボランティアを選択肢のひとつとして提案しながら、皆さんの暮らしにささやかな彩りを、日々の何気ない幸せづくりのお手伝いができたらいいなと思っています。ぜひボランティアセンターへお立ち寄りください。(沼波)

社協が発行するボランティアの冊子。凝り固まりがちなイメージから脱却し、いい意味で“社協っぽくない”ものが完成！したのは、多くのボランティアやデザインのプロ、社協のボランティアコーディネーターなど、多様な世代や価値観が交わりながらみんなで作品を創り上げたから。やっぱり多様性っていいなと感じました。とはいえ、この冊子を開いて読むかには手に取った方次第。少しでも目を通し、なにかを感じていただけたら幸いです。(田中)

カバー作品：上田三佳 タイトル「refreshing color day」

発行 社会福祉法人彦根市社会福祉協議会

ボランティアがちょっと身近になる小冊子



七色story



かさねる

- ・あなたの暮らしにフィットしたボランティア
- ・ボランティアにまつわる七色エピソード
- ・なないろトーク「働く世代、子育て世代のよりよい暮らしと自分のやりたいこと」 北川 雄士さん × 柳生 麻里さん

あなたの暮らしに フィットした ボランティア

仕事/家事/育児/自治会の役やPTA/子どもの習い事の送り迎え
読書や音楽、趣味/なんでもないぼーっとする充電時間、
私たちはとにかく日々のあれこれに時間を使うという暮らしをしている。
ボランティアは、あくまでも時間の使い方の一つ。
暮らしが違えばフィットするポイントも違う。
暮らしにフィットするボランティア、そう考えれば、
ボランティアの世界が少し近くに見えてきませんか？



仕事のスキルアップ、 キャリアアップに なったらいいな。



仕事の延長線にあるもの、たとえ仕事とは関係ないものでも、考えや視野が広がる、スキルアップやキャリアアップにつながるような経験も。

たとえばこんなボランティア

プロボノ(ライター、カメラ)、学習支援、日本語教室、手話、点訳、要約筆記、イベントスタッフ(企画・広報)

自分の好きなことを再確認できた EPISODE

転職を考えており、新しいことに挑戦しようと電話したのが参加のきっかけ。転職活動中に身も心も疲れていましたが、「人と関わること、接すること、話すことがやっぱり好き」と改めて感じた。コミュニティの輪に参加することの大切さを感じつつ、仕事にも活かされている気がする。(30代)

遊び仲間、友達を作りたい。



わざわざ予定を合わせて時間をつくるのもめんどくさい。スポーツや共通の趣味などを楽しめるよう、公共施設を使って定期的集まる場をつくれば、いつの間にか新しい友達ができるかも。場のセッティングもボランティアのひとつ。

たとえばこんなボランティア

サークルなどの立ち上げと運営
居場所・子育てサロン

毎日の生活に 新しい出会いや刺激がほしい。



いつも同じ人、同じ世界の人とばかり顔を合わせるより、異なる世代、異なる世界の人と出会って交流できるのもボランティアの魅力。仕事にもプライベートにも役立つネットワークや情報、気づきが得られるかも。引越して間もない、どこへ行けば新しい出会いがあるのだろうと迷ったときにも。

たとえばこんなボランティア

イベントスタッフ、清掃活動
フードパントリー、子ども服・制服リユース

人と交流することに 少しずつ慣れていきたい。



ちょっと人生一休みしていたり、仕事のブランクが長くて少し自信がないときは、社会と関わるきっかけとして気軽に参加してみる。ボランティアの強制されないゆるさがちょうどよい。少し心配なときは、サポーターが付き添ってくれることもある。

たとえばこんなボランティア

清掃活動、文通
フードパントリー、子ども食堂

好きなことに夢中になりたい。 上達したい。

好きなことをして、一人きりの時間を過ごすのもいい。仲間と一緒にでもいい。誰かのために、描いたり、つくったり、演奏したりを楽しみつつ、成果発表を目標にすることで腕を磨くことも。



たとえばこんなボランティア

描画やデザイン、楽器演奏、裁縫、ものづくり
料理好きなら子ども食堂

居心地のいい雰囲気があります EPISODE

何か新しいことを始めようと考え、選択したのがボランティア。あまり美しい動機ではないかもしれないが、多くの人と接することで、生活にハリが生まれた。ボランティア活動で出会う方々は暖かく、和やかで居心地の良い雰囲気を一人一人が作り上げているようだ。私も皆さんのようになりたい。(20代)

自分の力を試してみたい。

インストラクターを目指している、講師をしたい、自分のお店を持ちたいなど、夢があって将来的にチャレンジできる機会があったらいいと思うけど、独立や起業はまだハードルが高い。夢実現に向けステップアップの通過点として、今の自分の力を試すところから。



たとえばこんなボランティア

子育てサロン・高齢者サロン・学習支援などでの講師

ボランティアは、軽い気持ちで参加してはいけないもの、と思っていませんか？
そんなことはなくて、
本当のところはこんな感じなんです
フィットさせるためのコツ...
暮らしの中の超個人的な動機からイメージする



イベントスタッフ
集客イベントでテント設置や道案内、交通整理などに協力しイベントを支える活動。



学習支援
地域の大人や大学生が、子どもたちの勉強の指導や、成長を見守る活動。

日本語教室

外国にルーツのある子どもにも日本語や学校の勉強の指導、文化体験などを支援する活動。



清掃活動
市内でいくつかの団体が活動。琵琶湖や河川、歩道などの定期的な清掃活動。



子ども服
制服リユース
まだ着られる子ども服、制服、体操服を回収し、必要な人へ届ける活動。



フードパントリー
家庭で食べられない食材、規格外の食材の寄付を集めて、必要な人へ届ける活動

こんな活動があります
一例をご紹介します



左：合同企業説明会のようす 右：北川さん個人で続けている活動「いろあわせゆうじのかみしばい」

子どもと過ごす
彦根のお気に入りの場所は？

鳥居本小学校のグラウンドで
息子とキャッチボールしています



北川 雄士 さん

1979年生まれ。彦根市出身。
2015年末採用支援やイベント
企画など行う株式会社いろあ
わせ設立し、Uターン。直近は「近
江ナソトキ鉄道」を近江鉄道と
共催で運行中。

お母さんの日常のサポートをしたい
だ、ということが自分の中で明確にな
りました。

*マクドナルド・ハウス
ドナルド・マクドナルド・ハウス。公益財団法人
ドナルド・マクドナルド・ハウスチャリティーズ。
ジャパンにより設置・運営されている、病児とそ
の家族のための宿泊施設。

北川 子育て中の家庭って家計も厳し
いことも多いと思いますが、その中で
お金をもたらして仕事をしていることへ
の葛藤もあるんですか？

柳生 あります。本当は収益を考えず
サポートしたいけど、私も生活してい
かないといけない。でも自分のやること
はつきりとした自信があるから、そこ
には価値をつけて提供したいという思
いがあります。安すぎるのは巡り巡っ
てお母さんたちの家事を軽んじること
につながってしまうとも考えていて。自
分はこれで生涯現役と思ってるから、
ちゃんと生活できる最低限のお金を
いただくことで事業を継続して、お母さん
に負担がかかりすぎる社会の現状も
できれば変えていきたいと思っています。

北川 たとえば別でバイトをするとか、
自分のやりたいこととご飯を食べると
ころを、切り分ける考えはなかったの
ですか？

柳生 最初はバイトもしてみたの
が、掛け持ちをするとうしてもおろ
そかになってしまっただけで、やりたい
ことを形にして実現するために時間がか
かってしまうと感じました。今はまだ
収入も少ないけど、これからのことを
考える時間や、少しずつ利用者さんが
広がっていくのが楽しい。安定した
収入がないというのは怖かったけれ



ト
ーク

働く世代、子育て世代の
よりよい暮らしと自分のやりたいこと

北川 雄士 さん × 柳生 麻里 さん
株式会社いろあわせ 代表 家事サポート「あおいふき」

働く世代、子育て世代とひとくくりにはされがちだけど、実際はどんな人？
アラフォー同世代のふたりによる、
仕事、生活、夢、なんでもありのフリートーク

写真撮影：永井謙治

もっとお母さんに楽をしてほしい

柳生麻里さん（以下：柳生）子育て中
のお母さんにターゲットを絞ってご飯を
作るサポートをしています。2年ほど前
から準備を進め、2021年8月に開
業。今はこれ一本に絞って副業などは
していません。はじめたばかりでまだこ
れからです。家事代行をメインにしたい
と思っていますが、都市部では需要が
あっても、まだまだ台所に入られるのに
抵抗がある人が多いと感じています。ま
ずは惣菜の配達、お弁当販売から始め
て、少しずつ知ってもらいたい。子育て
中は、ご飯を作る時間だけでも誰かに頼
ることで、子どもとの時間を増やした
り、少し余裕を持つことができる。私の
活動は実体験をもとに、もっとお母さん
に楽をしてほしいという気持ちがあ
るようになっていきます。

滋賀の若者が3倍になる

北川雄士さん（以下：北川）僕の仕事は、
採用のお手伝いやイベントの企画、企業
さんを中心としたデザイン・ブランディ
ングなどです。前職で広告、ITベン
チャーの人事をしていて、その経験を活
かして「何でもやります」を積み重ねてい
たら、こんな形になりました。

これまでの経歴に自信がなくて一般的
な企業面接では落ちなくなってしまうよ
うな人が、実はピカイチの経験を持って
いたりするのを人事のときにたくさん見
てきました。個人の活動でもできるけれ
ど会社にしたのは、そんな人たちと一緒
に仕事して、ほんまに持っている魅力を引
き出すことを実践してみたかったから。

人々、週末だけボランティアでもいいか
ら何かやりたいっていう人もいて、グラ
デーションがあってもいいと思う。

柳生 そうですね。私はやりたいことに
辿り着けたけど、それは運が良かっただ
けかもしれない。その人なりに試行錯誤
でき、周りが受け止めてあげられる社会
になって欲しいと思います。北川さんの
いうグラデーションというのは働き方
や生き方の選択肢に多様性があるとい
うことなのかなと感じました。そうなれ
ば子育てにおいても、ひとり抱え込まず
誰かを頼りやすくなっていくのではな
いでしょうか。

北川 強い意志で夢を形にしようとし
ている柳生さんと、ゆるーく色々な生き
方があってもいいよ、って言うてる僕
って対照的に見えるけど、自分が作りたい
今と未来のために、それぞれの場所で頑
張ってるって意味では近いのかもしれ
ないですね。それぞれが「暮らし」と「や
りたいこと」をそれぞれに重ねていくん
ですかねえ。

対談後、ふと口にしてた。
「こうやってゆるくつながって、彦根で
一緒に歳を取っていくの楽しみだね」と。
と。似た言葉に「歳を重ねる」があるが、
その人がこれまで重ねてきた、出会いや
経験、楽しいことだけではなかった思い
出など…ふれることでより身近に感じ
られる。

日々の仕事や暮らしをともに楽しみな
がら、ともに歳を取る、それがアラ
フォーなのか。

社名の「いろあわせ」は一人一人全然違う
色があるという意味を込めています。
滋賀の学生は今、1割ぐらいいしか就職で
滋賀に残らない。これを仮に9対1から
7対3にできたら、滋賀の若い人が3倍
になる。そんな未来を思い描きながら地
域の魅力を再発見して欲しいという
メッセージも伝えていきます。

会社の事業は滋賀全域を対象で、個人の
活動は彦根を対象にとエリアを分けてい
ます。彦根は地元なので、シティブロモ
ーションやPTA、地域を盛り上げる活動
には積極的に関わろうとしています。

自分らしい生き方を
娘が教えてくれた

柳生 実は、2018年に娘を産んで74
日で亡くしています。私はこれまで飲食
店などでの調理を仕事にしていたので
すが、提供する自分らしい料理のあり方
にずっと「なんやろなんやろ」と思っ
ていた。娘の闘病中に東京のマクドナル
ド・ハウス（*）という施設で生活して
いたとき、外食したいとか美味しいケ
ーキを食べたいとかぜんぜん思えなくて。
マクドナルド・ハウスは調理もできた
ので、滋賀の友人から野菜や慣れ親し
んだ食材が送られてくるのが何よりうれ
しかったのを覚えています。子どもを看
病する他のお母さんたちの中には、マク
ドナルド・ハウスに入れないで遠くの
自宅から毎日通っている人もいました。
その経験から、飲食店での食事は最低限
の日常生活があってこそそのものだ
と気づいたんです。私はそのプラスアルファ
の料理がしたいんじゃない、子育て中の

子どもと過ごす
彦根のお気に入りの場所は？

金亀公園



柳生 麻里 さん

1977年生まれ。彦根市在住。
子育て中のお母さんに寄り添いた
い、力になりたい、と2021年に個人
で起業。自分らしく地域で「子育て」
「働く」「生きる」を見つけ、挑戦中。



左：野菜中心でやさしい味つけのお惣菜はリピーターも多い
右：お母さんの体のケアのために、びわの葉のエキスを使った温灸も